

# VALORES NUTRICIONAIS McDONALD'S

## RESTAURANTE

### Sanduíches

Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%																																										
Big Mac	433	83	Big Tasty	451	85	CBQ	435	82	Cheddar McMeal	458	87	Cheesburger	392	75	Chicken Supreme Crispy	426	81	Chicken Supreme Grill	436	82	Clubhouse	461	88	Deluxe Bacon	459	87	Hamburger	420	80	McChicken	407	77	McDouble	375	71	McFish	361	70	Molho BBQ	552	104	Quartinho com Queijo	528	100																		
Carboidratos	43	8	Carboidratos	43	8	Carboidratos	43	8	Carboidratos	29	6	Carboidratos	30	6	Carboidratos	27	5	Carboidratos	29	6	Carboidratos	25	5	Carboidratos	29	6	Carboidratos	29	6	Carboidratos	31	6	Carboidratos	22	4	Carboidratos	13	3	Carboidratos	11	2	Carboidratos	11	2	Carboidratos	34	7	Carboidratos	30	6	Carboidratos	30	6	Carboidratos	28	6	Carboidratos	34	7	Carboidratos	30	6

### Acompanhamentos

Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%						
Triple Bacon	495	25	Chicken McNuggets 4 unt.	171	9	Chicken McNuggets 10 unt.	427	21	Side Salad	8	0	Tomatinho	63	0	McFritas Kids	87	4	McFritas Pequena	206	10	McFritas Média	288	14	McFritas Grande	412	21	Salada Caesar Crispy	261	13	Salada Caesar Grill	187	9	Salada de Atum	261	13	Molho Caesar	65	3	Molho Agrícola	45	2	Molho Barbecue	46	2

### Sobremesas

Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%			
Molho Dajirra	495	25	Molho Creamy Ranch	171	9	Casquinha Bananilha	192	10	Casquinha Chocolate	192	10	Casquinha Mistá	192	10	Sundae Caramelo	290	15	Sundae Chocolate	290	15	Sundae Morango	290	15	Top Sundae Chocolate	425	21	Top Sundae Caramelo	425	21	Top Sundae Morango	425	21	McClosso Chocolate	274	14	McClosso Caramelo	274	14	McFlurry Ovelina	457	23	McShake Ovelina 400 ml	457	23

### Café da Manhã

Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%						
McMeal Divulga	648	32	McShake Flocos 400 ml	480	24	McShake Morango 400 ml	480	24	Torta de Banana	224	11	Torta de Maçã	205	10	Baninho	40	2	Café com Leite 200 ml	52	3	Café com Leite 300 ml	78	4	Café Premium 200 ml	0	0	Café Premium 300 ml	0	0	Chocolate Grande 200 ml	120	6	Chocolate Grande 300 ml	180	9	Capuccino 200 ml	68	3	Capuccino 300 ml	102	5	Briache na Chapa	205	10

### Del Valle

Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%						
Crisant de Chocolate	341	17	Crisant Multigrãos	308	15	Crisant de Presunto e Queijo	316	16	Egg Cheese Bacon	413	21	Mini Brownie	404	20	Pão de Queijo	133	7	Pão de Queijo Multigrãos	255	13	Pão na Chapa	282	14	Queijo Queima de Doce	282	14	Del Valle Abacaxi com Manga 300 ml	282	14	Del Valle Abacaxi com Manga 500 ml	480	24	Del Valle Abacaxi com Manga 700 ml	678	34	Del Valle Laranja 400 ml	240	12	Del Valle Laranja 500 ml	300	15	Del Valle Laranja 700 ml	420	21

### Bebidas

Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%																																							
Del Valle 100% Laranja 250 ml	120	6	Del Valle Maracujá 300 ml	240	12	Del Valle Maracujá 500 ml	400	20	Del Valle Maracujá 700 ml	560	28	Del Valle Uva 300 ml	228	11	Del Valle Uva 500 ml	380	19	Del Valle Uva 700 ml	540	27	Del Valle 100% Uva 250 ml	184	9	Agua	0	0	Coça-Cola 300 ml	120	6	Coça-Cola 500 ml	200	10	Coça-Cola 700 ml	280	14	Coça-Cola Zero Açúcar 300 ml	0	0	Coça-Cola Zero Açúcar 500 ml	0	0	Coça-Cola Zero Açúcar 700 ml	0	0	Sprite Zero 300 ml	49	0	Sprite Zero 500 ml	81	0	Sprite Zero 700 ml	111	0	Fanta 300 ml	157	8	Fanta 500 ml	262	13	Fanta 700 ml	367	18	Guaraná Quat 300 ml	126	6	Guaraná Quat 500 ml	210	11	Guaraná Quat 700 ml	294	15	Guaraná Quat Zero 300 ml	0	0	Guaraná Quat Zero 500 ml	0	0	Guaraná Quat Zero 700 ml	0	0

#### Referência de ingestão diária (adulto)

Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gord. Totais	Gord. Saturadas	Gord. Trans*
2.000 kcal	300 g	75 g	55 g	22 g	-

300 mg Colesterol 25 g Fibra Alimentar 2.400 mg Sódio 1.000 mg Cálcio 14 mg Ferro

Valor diário de referência - RDC 360 da ANVISA. \*IDR não estabelecido

Quer saber mais sobre valores nutricionais? Acesse [www.mcdonalds.com.br](http://www.mcdonalds.com.br)

### Espressos e Bebidas Quentes

Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%									
Café Americano	0	0	Café Chantilly	235	12	Café Descafeinado	0	0	Café Espresso	0	0	Café Espresso Curto	0	0	Café Espresso Duplo	0	0	Café Leite	44	2	Capuccino	165	8	Capuccino Moça Mix	308	15	Chips	0	0	Chocolate Grande	183	9	Macchiato	48	2	Moça Menta	219	11	Submarino	198	10	Vanilla Latte	165	8

### Bebidas Frias

Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%			
Chocolate Gelado	120	6	Iced Mix Café	198	10	Iced Mix Frutas Vermelhas	198	10	Suco de Morango e Blueberry	233	12	Bolo de Laranja	233	12	Bolo de Maçã com Canela	233	12	Mini Brownie	404	20	Coça-Cola com Leite Condensado	176	9	Coça-Cola Tradicional com Leite de Chocolate	168	8	Croissant de Chocolate	168	8	Mini Donuts Doce de Leite	176	9	Torta de Doce com Leite Condensado	176	9	Torta Mousse de Chocolate	334	17	Torta Hollandesa	371	19

### Delicias Salgadas

Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%	Item	g/gm	%						
Crisant de Presunto e Queijo	316	16	Crisant Multigrãos	308	15	Folhado de Frango com Requeijão	260	13	Pão de Queijo	133	7	Pão de Queijo Multigrãos	255	13	Crisant de Presunto e Queijo	316	16	Crisant Multigrãos	308	15	Folhado de Frango com Requeijão	260	13	Pão de Queijo	133	7	Pão de Queijo Multigrãos	255	13	Crisant de Presunto e Queijo	316	16	Crisant Multigrãos	308	15	Folhado de Frango com Requeijão	260	13	Pão de Queijo	133	7	Pão de Queijo Multigrãos	255	13

- Cálculos baseados em uma dieta de 2.000 kcal.
- \* Seus valores diários podem ser maiores ou menores, dependendo de suas necessidades energéticas.
- \* As informações das saladas apresentadas não incluem os valores nutricionais dos molhos, valores que são encontrados nas embalagens.
- \* A tabela acima corresponde aos alérgenos presentes na composição dos itens do menu. Eventualmente, é possível encontrar traços de alérgenos em produtos que, originalmente, não os contém, devido ao compartilhamento da área de preparo. Técnica responsável: Maria Luiza Cetenas - CRN 4929/3ª Região
- \* A dosagem de xarope das bebidas é fornecida conforme especificações dos fabricantes para bebidas com gelo.
- \* Os resultados nutricionais expressos nas tabelas foram obtidos a partir de cálculos teóricos ou análises bromatológicas realizadas pelo levantamento dos pesos médios de cada um dos ingredientes que compõem os produtos McDonald's.

\* Os valores nutricionais de todos os ingredientes são de responsabilidade dos respectivos fornecedores.  
\* Produtos do cardápio à época da impressão deste guia.  
\* Os pesos dos produtos, individualmente, podem oscilar em sua montagem, afetando para mais ou para menos os valores nutricionais informados nas tabelas.

COÇA-COLA ZERO: BEBIDA DE BAIXA CALORIA. CONTÉM FENILALANINA.  
Educatores artificiais: aspartame (12 mg), acesulfame de potássio (15 mg) e ciclamato de sódio (24 mg) POR 100 ml.

## O cardápio do McDonald's oferece uma alimentação nutritiva para você. Sirva-se.

